



Co-funded by  
the European Union

# LES BASES DE LA SÉCURITÉ À VÉLO ET TROTTINETTE

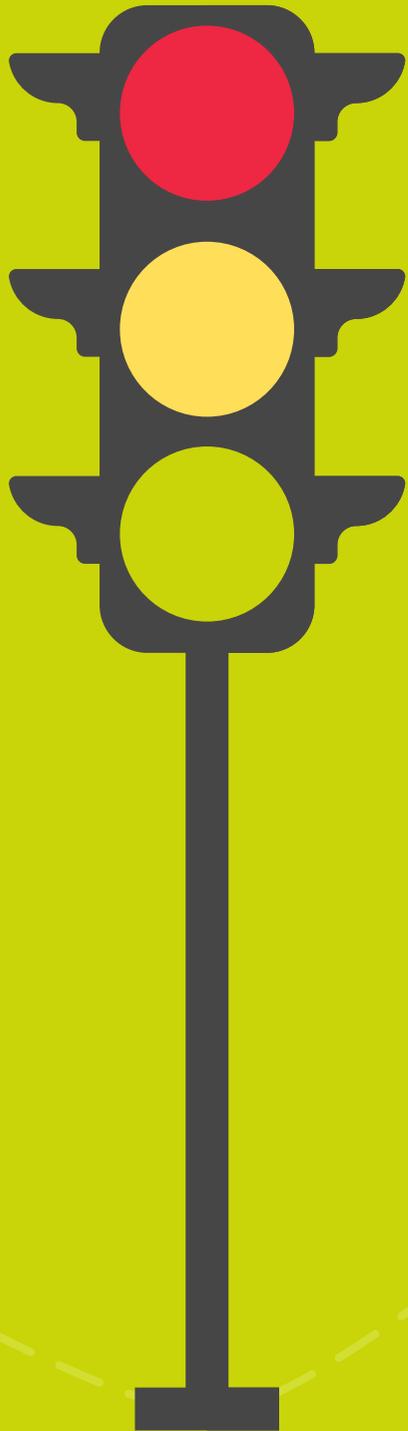


e·GREEN



# LES PANNEAUX ET LEUR SIGNIFICATION





# FEUX

**ROUGE = STOP!**

**ORANGE = WAIT / CAUTION**

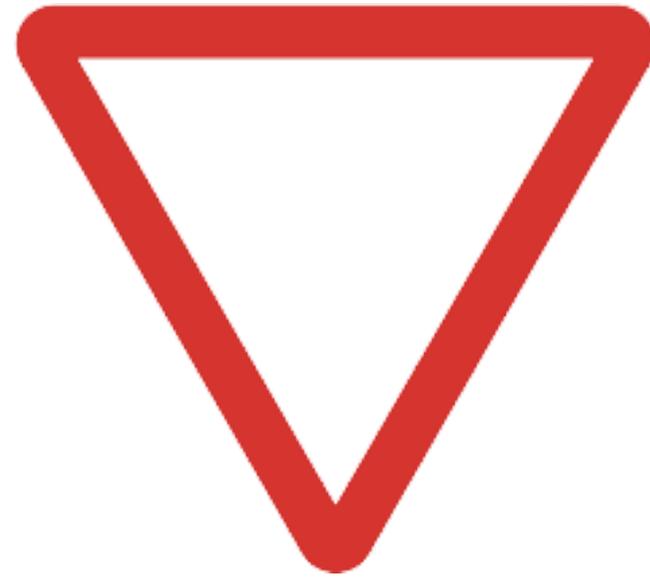
**VERT = PASSEZ**



# PANNEAUX



**STOP**



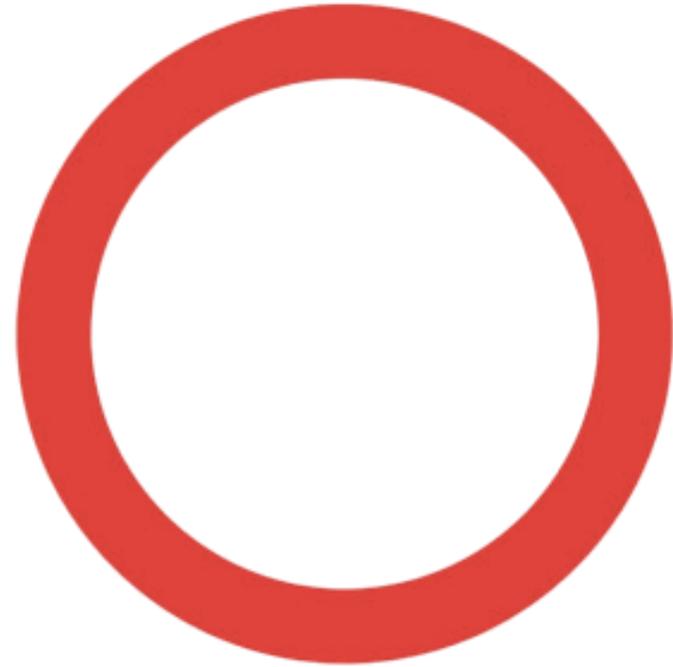
**CÉDEZ LE PASSAGE**



# PANNEAUX



**VÉLOS INTERDITS**



**AUCUN VÉHICULE  
AUTHORISÉ**



# PANNEAUX



**VOIE CYCLABLE**



**VOIE PARTAGÉE  
VÉLOS ET PIÉTONS**



# MANOEUVRES DE BASES



REGARDER  
AUTOUR

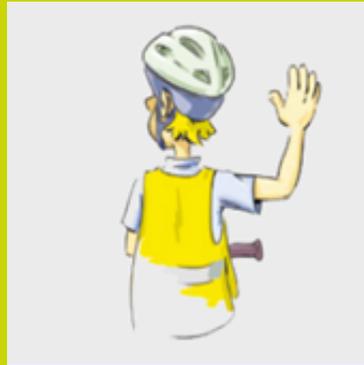


FAIRE  
SIGNE

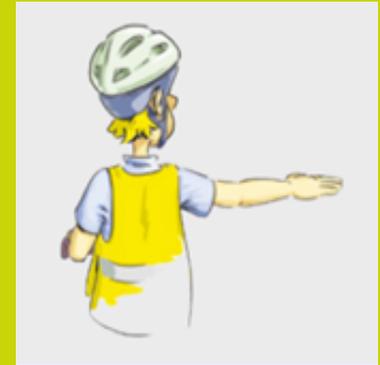
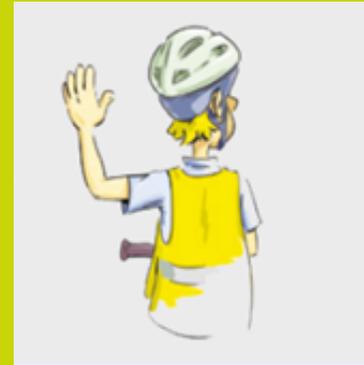


TOURNER

## TOURNER À GAUCHE



## TOURNER À DROITE



# VÉLOS ET TROTINETTES SUR LES VOIES



# BON USAGE DES ÉQUIPEMENTS DE SÉCURITÉ



# SÉCURITÉ

VÉLO BIEN RÉGLÉ



LUMIÈRES ET RÉFLECTEURS



GILET, CASQUE, PROTECTIONS



# MAINTENANCE: TEST AFCD

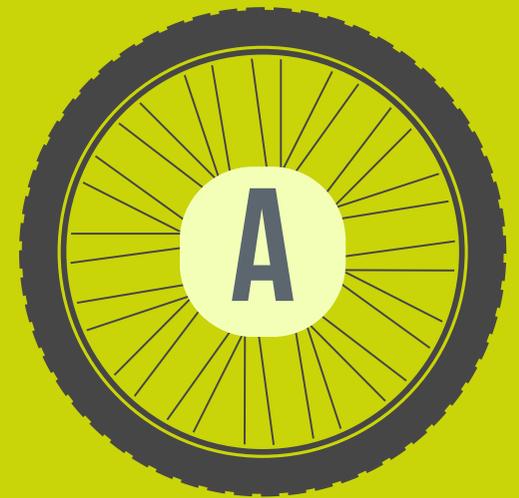
## A: AIR

ASSUREZ-VOUS QUE LES ROUES SONT CORRECTEMENT GONFLÉES

(LA PRESSION RECOMMANDÉE EST INDIQUÉE SUR LE CÔTÉ DES JANTES)

VÉRIFIEZ QUE LES PNEUS SONT EN BON ÉTAT (PAS DE FISSURES NI DE « ZONES USÉES »)

VÉRIFIEZ QUE LES VALVES SONT EN BON ÉTAT ET BIEN SERRÉES



# F: FREINS

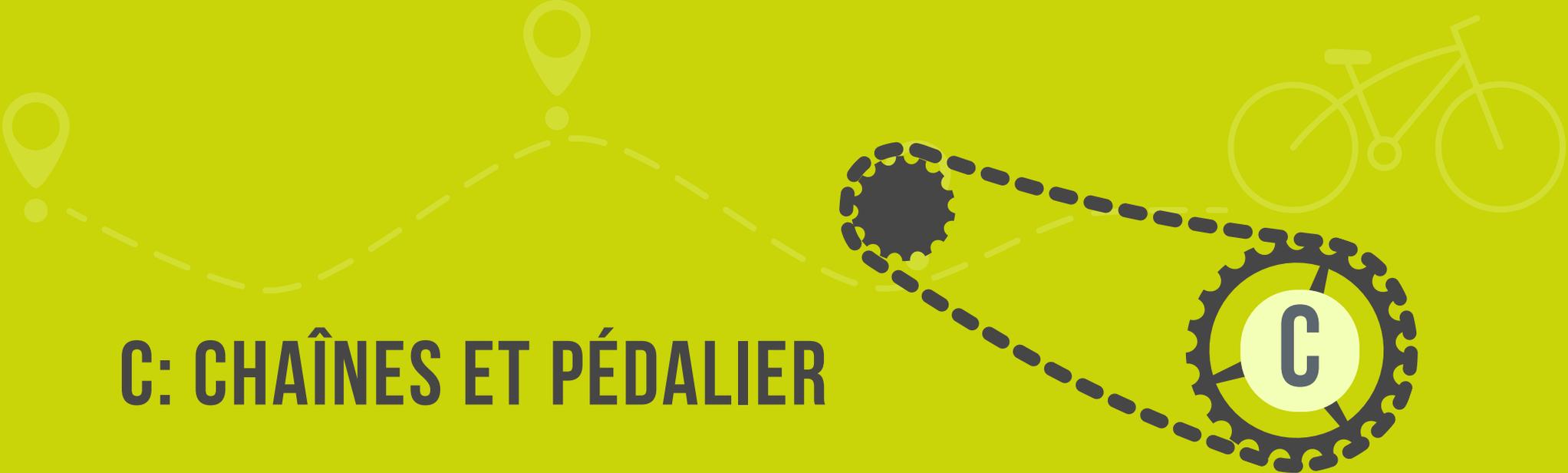


LORSQUE VOUS TOURNEZ LES DEUX ROUES VERS L'AVANT (L'UNE APRÈS L'AUTRE), LA ROUE DOIT TOURNER ET NE PAS S'ARRÊTER PENDANT AU MOINS 10 SECONDES.

LORSQUE VOUS APPUYEZ DESSUS, LES LEVIERS DE FREIN NE DOIVENT PAS TOUCHER LE GUIDON.

FREINEZ AVEC LE LEVIER GAUCHE ET ESSAYEZ DE FAIRE AVANCER LE VÉLO.

FREINEZ AVEC LE LEVIER DROIT ET ESSAYEZ DE FAIRE RECULER LE VÉLO. SI, DANS LES DEUX CAS, LE VÉLO RESTE IMMOBILE OU SI LA ROUE OPPOSÉE SE SOULÈVE, LES FREINS FONCTIONNENT CORRECTEMENT.



## C: CHAÎNES ET PÉDALIER

ASSUREZ-VOUS QUE VOTRE CHAÎNE EST PROPRE, BIEN LUBRIFIÉE ET EXEMPTÉ DE ROUILLE.

SI VOUS POUVEZ TOURNER LES PÉDALES EN ARRIÈRE SANS QU'ELLES SE BLOQUENT, TOUT VA BIEN. SI ELLES GRINGENT OU FONT DU BRUIT, C'EST QU'IL Y A UN PROBLÈME.

DÉPLACEZ LES PÉDALES D'UN CÔTÉ À L'AUTRE. SI ELLES SONT BIEN FIXÉES À L'AXE, ELLES NE BOUGERONT PAS.



## D: “DROP” TEST

**SOULEVEZ LA ROUE D'ENVIRON 4 DOIGTS DU SOL ET LAISSEZ-LA RETOMBER.**

**LE BRUIT QUI EN RÉSULTE VOUS PERMET DE DÉTECTER SI CERTAINES PIÈCES SONT DESSERRÉES (ROUES, AXE DE DIRECTION, CHÂÎNE, ETC.). ENSUITE, MAINTENEZ LA ROUE AVANT ENTRE VOS JAMBES ET ESSAYEZ DE TOURNER LE GUIDON SANS BOUGER LA ROUE. SI ELLE TOURNE, VOUS DEVREZ LA RESSERRER.**

# LES BASES DE LA MAINTENANCE



# CHOISIR VOTRE TRAJET



# RESPECTER LES PIÉTONS



# PLANIFIER SON TRAJET

**PRENDRE EN COMPTE:**  
**DENSITÉ DU TRAFIC**  
**ÉTAT DES ROUTES**  
**RISQUES POTENTIELS**  
**ET CONDITIONS**  
**MÉTÉOROLOGIQUES**





# e·GREEN

**PROJECT NUMBER: 2023-1-FR01-KA220-SCH-000153899**



**CC BY-SA 4.0 DEED**

This work is licensed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>. Logos are excluded from this license.



**Co-funded by  
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.